

Ты готов почистить свою жизнь?

Программа «Clean Sweep™» - опросник из 100 пунктов, завершение которого дает человеку полную личную свободу. 100 пунктов сгруппированы по 4 сферам: Физическая Среда, Здоровье, Деньги и Отношения. Эти 4 сферы являются краеугольными камнями для сильной и здоровой жизни. Программа позволяет отчистить, восстановить и отполировать практически все аспекты своей жизни. Для завершения программы необходимо от 6 до 24 месяцев.

Цель

Цель участника набрать 100 из 100 баллов. Таким образом, цель программы, чтобы участник исправил все из 100 возможных несовершенств в своей жизни. Несовершенствами являются физические, эмоциональные и ментальные аспекты, которые не решены в данный момент. Несовершенства являются причиной утечки энергии.

Гарантии

Программа «Clean Sweep™» гарантирует, что следующие вещи произойдут в вашей жизни по мере повышения балла:

1. У Вас будет больше энергии и жизнеспособности. Ничто не дает энергию так, как чистое пространство, полная коммуникация и личная ответственность.
2. Ты повысишь свой бал. Он будет повышаться от одного лишь участия в программе. Как только ты пройдешь весь список из 100 пунктов, ты обнаружишь, что будешь справляться с некоторыми даже не думая об этом. Для других аспектов потребуется больше работы, однако ты достигнешь 100 баллов.
3. Ты получишь перспективу того, кем ты являешься и куда ты идешь. После того как с несовершенствами покончено становится ясно, что есть на данный момент и что было, включая самого себя.

Инструкция

Существует 2 шага в программе «Clean Sweep™».

1. Ответь на каждый вопрос. Если утверждение соответствует правде, поставь галочку. Будь строг, оценивай жестко. Если утверждение иногда правда или обычно правда, НЕ ставь отметку. Ставь отметку только, когда это действительно всегда правда. Если утверждения не применимо к тебе, также ставь отметку (т.е. если это никогда не произойдет или не относится к тебе).
2. Играй, пока все ячейки не будут заполнены. Ты сможешь это сделать. Это может занять 30 или 360 дней, но ты можешь пройти эту программу и достичь 100 баллов.

Физическая Среда	Здоровье
<input type="checkbox"/> Мои личные файлы, бумаги и чеки аккуратно собраны и организованы. <input type="checkbox"/> Моя машина в великолепном состоянии. (Не нуждается в ремонте, чистке или замене) <input type="checkbox"/> Мой дом чист и опрятен. (Пропылесосен, вещи в шкафах и на полках организованы, столы убраны, мебель в хорошем состоянии, окна чисты). <input type="checkbox"/> Мои устройства и мое оборудование работают хорошо. (Холодильник, плита, hi-fi и т.д.) <input type="checkbox"/> Моя одежда выглажена, чистая и помогает мне выглядеть хорошо. (Не мята, нет кучи вещей ждущих стирки, одежда не порвана, современна или подходит по размеру). <input type="checkbox"/> Мои растения и животные здоровые. (Накормлены, политы, получают достаточно света и любви). <input type="checkbox"/> Моя кровать/спальня позволяют мне выспаться наилучшим образом. (Упругая кровать, свет, воздух). <input type="checkbox"/> Я живу в доме/квартире, которая мне нравится. <input type="checkbox"/> Я окружаю себя красивыми вещами. <input type="checkbox"/> Я живу в географической местности, которую я выбрал. <input type="checkbox"/> Освещение вокруг меня достаточное и здоровое. <input type="checkbox"/> Я на постоянной основе имею достаточно времени, пространства и свободы в моей жизни. <input type="checkbox"/> Ничто в моей окружающей среде не приносит мне вреда. <input type="checkbox"/> Я не отношусь с попускательством ни к чему в моем доме или окружающей среде. <input type="checkbox"/> Моя окружающая среда на работе продуктивная и вдохновляющая. (Поддерживающая, достаточно инструментов и ресурсов, нет давления). <input type="checkbox"/> Мой компьютер работает очень хорошо и полностью поддерживает мои старания. <input type="checkbox"/> Мои волосы в состоянии, которое мне нравится. <input type="checkbox"/> Я создаю резервную копию моих файлов раз в месяц. <input type="checkbox"/> Я окружаю себя музыкой, которая делает мою жизнь более приятной. <input type="checkbox"/> Я застилаю кровать каждый день. <input type="checkbox"/> Я не приношу себе вреда, падаю или сталкиваюсь с предметами. <input type="checkbox"/> Люди чувствуют себя комфортно в моем доме. <input type="checkbox"/> Я пью, по крайней мере, 2 литра воды в день. <input type="checkbox"/> У меня нет ничего в доме, что мне не нужно. <input type="checkbox"/> Я постоянно все делаю либо раньше, либо вовремя.	<input type="checkbox"/> Я редко употребляю кофеин (Шоколад, кофе, кола, чай) реже трех раз в день. <input type="checkbox"/> Я редко употребляю сахар (Реже трех раз в день). <input type="checkbox"/> Я редко смотрю телевизор (меньше 5 часов в неделю). <input type="checkbox"/> Я редко употребляю алкоголь (Менее двух напитков в неделю). <input type="checkbox"/> Мои зубы и десны здоровые (Посещал дантиста в течение последних 6 месяцев). <input type="checkbox"/> Холестерин в моей крови на здоровом уровне. <input type="checkbox"/> Мое кровяное давление на здоровом уровне. <input type="checkbox"/> Я прошел полное обследование организма за последние три года. <input type="checkbox"/> Я не курю ни табак, ни какие другие вещества. <input type="checkbox"/> Я не принимаю наркотики и не злоупотребляю медикаментами. <input type="checkbox"/> Я прошел полную проверку зрения за последние два года. (Проверка на глаукому, проверка зоркости). <input type="checkbox"/> Мой вес в идеальных пределах. <input type="checkbox"/> Мои ногти здоровы и хорошо выглядят. <input type="checkbox"/> Я не спешу и не использую адреналин для выполнения работы. <input type="checkbox"/> У меня стоящая жизнь за пределами работы или профессии. <input type="checkbox"/> Я редко пропускаю работу по болезни. <input type="checkbox"/> У меня нет неприятных для меня привычек. <input type="checkbox"/> Я знаю все мои физические и эмоциональные проблемы или состояния, и я полностью о них забочусь. <input type="checkbox"/> Я постоянно отдыхаю вечерами, на выходных и на праздниках и беру отпуск, по крайней мере, на три недели в году. <input type="checkbox"/> Я достаточно сплю. <input type="checkbox"/> Я пользуюсь хорошими очками. <input type="checkbox"/> Я не страдаю. <input type="checkbox"/> Я громко смеюсь каждый день. <input type="checkbox"/> Я хожу или физически упражняюсь, по крайней мере, три раза в неделю. <input type="checkbox"/> Я хорошо слышу и защищаю себя от громкого шума, концертов, музыки.
Общий счет твоей Физической среды _____	Общий счет твоего Здоровья _____

Деньги	Отношения
<input type="checkbox"/> В настоящее время я откладываю, по крайней мере, 10% от моего дохода. <input type="checkbox"/> Я плачу по счетам вовремя. <input type="checkbox"/> Источник моего дохода стабилен и предсказуем. <input type="checkbox"/> Я знаю, сколько мне нужно денег для минимальной финансовой независимости и у меня есть план как этого достичь. <input type="checkbox"/> Я вернул или разрешил вопрос по поводу всех денег, которые я одолжил. <input type="checkbox"/> Я заключил договоренности и держу под контролем все выплаты частным лицам или компаниям, которым я должен деньги. <input type="checkbox"/> У меня есть в резерве сумма, которой хватит на 6 месяцев. <input type="checkbox"/> Мой недельный бюджет позволяет мне копить и в то же время не страдать. <input type="checkbox"/> Все мои чеки и счета аккуратно хранятся и все мои налоги оплачены. <input type="checkbox"/> В настоящее время я живу хорошо, насколько это возможно. <input type="checkbox"/> У меня отличная личная страховка. (Жизни, от несчастных случаев, медицинская и т.д.). <input type="checkbox"/> Мои вещи (машина, дом, владения, драгоценности) хорошо застрахованы. <input type="checkbox"/> У меня есть финансовый план на следующий год. <input type="checkbox"/> Надо мной не висят ни какие тучи закона. <input type="checkbox"/> Мое завещание соответствует современным требованиям и является точным. <input type="checkbox"/> Все штрафы, алименты оплачены и под контролем. <input type="checkbox"/> Мои инвестиции не забирают мой сон. <input type="checkbox"/> Я знаю какова моя стоимость. <input type="checkbox"/> Я на карьерном / профессиональном / деловом пути, который является прибыльным финансово и морально или в скором времени станет таковым. <input type="checkbox"/> Мой заработок сопоставим с силами, которые я вкладываю в работу. <input type="checkbox"/> У меня нет незавершенных «хвостов» на работе. <input type="checkbox"/> У меня есть отношения с людьми, которые могут помочь мне в моей карьере/профессиональном развитии. <input type="checkbox"/> Мне есть, что ждать с нетерпением почти каждый день. <input type="checkbox"/> Я откладываю ежемесячно достаточно денег для достижения финансовой независимости. <input type="checkbox"/> Мои сбережения постоянно обгоняют инфляцию.	<input type="checkbox"/> За последние 3 месяца я сказал родителям, что я их люблю. <input type="checkbox"/> Я хорошо нахожу общий язык с близкими родственниками. <input type="checkbox"/> Я хорошо нахожу общий язык с моими коллегами / клиентами. <input type="checkbox"/> Я хорошо нахожу общий язык с моим руководством. <input type="checkbox"/> Нет никого, кого я опасаюсь или почувствовал бы себя некомфортно столкнувшись с ним/ней на улице, в аэропорту или на вечеринке. <input type="checkbox"/> Я ставлю людей на первое место, а результаты на второе. <input type="checkbox"/> Я отпустил все отношения, которые меня тяготили или вредили мне. ("отпустил" обозначает закончил, ушел, объявил завершенными, более не привязан). <input type="checkbox"/> Я пообщался или пробовал пообщаться с теми, кому я принес боль, повредил или серьезно расстроил, даже если это была не полностью моя вина. <input type="checkbox"/> Я не сплетничаю и не говорю за спиной о других. <input type="checkbox"/> У меня есть круг друзей/семьи, которые принимают меня таким, какой я есть, а не за то, что я для них делаю. <input type="checkbox"/> Я говорю людям как они могут удовлетворить меня. <input type="checkbox"/> Я полностью держу руку на пульсе по поводу всех звонков и переписок. <input type="checkbox"/> Я всегда говорю правду, во что бы то ни стало. <input type="checkbox"/> Я получаю достаточно любви от людей, чтобы чувствовать себя хорошо. <input type="checkbox"/> Я полностью простил тех людей, которые причинили мне боль/повредили мне специально или нет. <input type="checkbox"/> Я человек слова, на меня можно положиться. <input type="checkbox"/> Я быстро исправляю сбои в общении или понимании когда они происходят. <input type="checkbox"/> Я живу по своим правилам, а не на условиях или предпочтениях других. <input type="checkbox"/> Я закрыл все вопросы с прошлыми романтическими отношениями. <input type="checkbox"/> Я знаю мои желания/нужды и забочусь о них. <input type="checkbox"/> Я не сужу и не критикую других. <input type="checkbox"/> Я не принимаю лично то, что мне говорят люди. <input type="checkbox"/> У меня есть лучший друг или родная душа. <input type="checkbox"/> Я делаю просьбы, а не жалуюсь. <input type="checkbox"/> Я провожу время с людьми, которые не пытаются меня изменить.
Общий счет твоих Денег _____	Общий счет твоих Отношений _____

Оценка:

Просуммируй баллы четырех разделов: _____

Начальный балл тех, кто проходит тест в первый раз варьируется от 30 до 70 баллов из 100. Большинство людей проходящих эту программу повышают свой балл от 2 до 6 очков в месяц. Цель программы – набрать 100 баллов.